

УДК 615.1/4  
ББК 53.52  
Л13

Серия «Здоровье — это просто!»  
Серийное оформление: *Д. А. Райкин*  
Дизайн обложки: *А. Ю. Котова*

**Лавренова, Г. В.**

Л13 Чистотел: волшебная трава / Г. В. Лавренова — М.: АСТ, СПб.: Астрель-СПб, 2006. — 61, [2] с. — (Здоровье — это просто!).

ISBN 5-17-036213-7 (ООО «Издательство АСТ»)  
ISBN 5-9725-0395-6 (ООО «Астрель-СПб»)

В данной книге подробно рассказывается о чистотеле, удивительной траве, растущей повсеместно.

Чистотел и его препараты обладают противовоспалительным, ранозаживляющим, противозудным, желчегонным и противосудорожным действием. Препараты чистотела применяются при стенокардии, бронхиальной астме, замедляют пульс и понижают артериальное давление, уменьшают и успокаивают боль. Сок из корней и стеблей чистотела успешно лечит бородавки, пародонтоз, экзему и даже красную волчанку.

В книге приведены рецепты настоев, отваров, мазей, ванн, успешно используемых для лечения этих заболеваний.

УДК 615.1/4  
ББК 53.52

Подписано в печать 23.01.06. Формат 84х108/32  
Усл. печ. л. 3.36. Тираж 7 000 экз. Заказ № 6242

Общероссийский классификатор продукции  
ОК-005-93, том 1; 953000 — книги, брошюры  
Санитарно-эпидемиологическое заключение  
№ 77.99.02.953.Д.001056.03.05 от 10.03.2005 г.

© Г. В. Лавренова, 2006  
© ООО «Астрель-СПб», 2006

## СВЕДЕНИЯ О ЧИСТОТЕЛЕ И ЕГО ЛЕЧЕБНЫХ СВОЙСТВАХ

Чистотел большой — *Chelidonium majus* L., семейство маковые — *papaveraceae*. Травянистое многолетнее растение, достигающее высоты 100 см, с коротким, маловетвистым корневищем, покрытым красно-бурой кожицей. Стебли прямостоячие, в верхней части ветвистые. Листья перисто-рассеченные, нежные, снизу голубоватые, сверху светло-зеленые. Листовые доли округло-яйцевидные, верхушечная — трехлопастная с бородчатыми краями. Цветки золотисто-желтые, чашечка двухлистная опадающая, венчик 4-лепестковый. Цветки собраны в простых зонтиках по 3—8 штук. Плод — одногнездная, стручковидная, двухстворчатая коробочка. Семена черные или черно-оливковые. Млечный сок оранжевый.

Цветет с мая по июль. Растет в садах, огородах, вблизи строений. Очень легко размножается са-

мосевом. Все растение ядовито. Применяется в медицине.

С лечебной целью используются стебли, листья, цветки, корни и сок.

Растение содержит органические кислоты, витамины, дубильные вещества, фитонциды, эфирное масло.

Чистотел и его препараты обладают противовоспалительным, ранозаживляющим, противозудным, болеутоляющим, противогистаминным, мочегонным, желчегонным, прижигающим, антивирусным, противомикробным и инсектицидным действиями, задерживают рост злокачественных опухолей, обладают бактериостатическим свойством по отношению к туберкулезной микробактерии, существенно снижают и предупреждают развитие некоторых грибковых заболеваний. Препараты чистотела замедляют пульс и понижают артериальное давление, прекращают судороги и спазмы, уменьшают и успокаивают боль. Они применяются также при стенокардии, бронхиальной астме, хроническом полиатрите, хронических заболеваниях кожи.

В Австрии был создан препарат из чистотела, который, согласно сообщениям в печати, в отличие от других препаратов, нетоксичен для здоровых клеток, оказывая влияние лишь на больные.

Настойка свежих корней чистотела входит в состав комплексного препарата холелетина, применяемого при желчнокаменной болезни. Сок и мазь из измельченных листьев используются при лечении туберкулеза кожи. Клинически доказана эффективность местного применения сока чистотела

тела при консервативном лечении полипов прямой кишки, мочевого пузыря, а также при лечении бородавок, пародонтоза, экземы и красной волчанки.

В дерматологии отвар чистотела применяют внутрь при экземе, нейродермитах, кожном зуде. Млечный сок свежего растения рекомендуется как эффективное средство для удаления бородавок. Мазь из чистотела с вазелином или ланолином используется для лечения псориаза, рака кожи, мозолей.

Полученный из чистотела антибактериальный препарат Сангвинарин оказался эффективным при лечении кожи и слизистых оболочек, пораженных дрожжеподобными грибами, а также при кольпитах, стоматитах, альвеолярной пиорее, воспалениях среднего уха, ринитах, язвах.

В Польше чистотел используется как противовоспалительное, болеутоляющее, противоглистное средство, а также при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печеночной колике, геморрое, при болезненных менструациях.

В Австрии находит применение молодая трава чистотела, используемая как успокаивающее и противосудорожное средство. Согласно данным австрийских исследователей, один из алкалоидов, содержащийся в растении, усиливает функцию желчного пузыря, желчных протоков. Фармацевтическая промышленность Австрии изготавливает различные препараты, содержащие алкалоиды чистотела, которые продаются в виде экстрактов свежего растения и других фармакологических форм.

Во Франции трава чистотела применяется как возбуждающее, мочегонное и слабительное средство, а сок его используется против бородавок.

В немецкой народной медицине отвар травы с цветками и отвар корней употребляют внутрь в малых дозах при желтухе, камнях печени, болезнях селезенки, при гастрите, колите, гриппе, коклюше, подагре, ревматизме, геморрое.

Чистотел является официальным (растительно-медицинским) сырьем в США, Венесуэле, Германии и России.

В отечественной народной медицине трава чистотела большого и его сок применяются при лечении кожного туберкулеза, рака кожи, подагры, ревматизма, а также для избавления от бородавок, мозолей. Наружно отвар травы и отвар корней применяют для ванн, обмываний, примочек при сыпях, лишаях, угрях, гнойных ранах и язвах. В отваре травы рекомендуется купать детей при диатезе (золотухе) и различных кожных заболеваниях. К долго не заживающим ранам и язвам прикладывают измельченные свежие или сухие листья чистотела. Наконец, порошок из сухой травы чистотела и настои из нее можно использовать для уничтожения насекомых — вредителей растений (путем опыления или опрыскивания).

Приведенные данные показывают, как широко применяется чистотел в лечении многих заболеваний. Однако необходимо помнить, что перед использованием чистотелом нужно посоветоваться с врачом, так как для его приема есть ряд противопоказаний. **Неправильное или неу-**

**меренное употребление препаратов чистотела может привести к отравлению**, выражающемуся в тошноте, рвоте, коликах, поносе. Кроме того, следует иметь в виду, что длительное употребление чистотела может вызвать дисбактериоз кишечника.

## ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

### Гепатит (воспаление печени)

После перенесенного вирусного гепатита полезно пить (для профилактики возникновения хронического гепатита) чай, в состав которого входят 2 части травы чистотела и 1 часть цветков бессмертника.

1 чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 1 час, принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана за 20–30 минут до еды в течение месяца.

### Дискинезия желчных путей и желчного пузыря

Траву чистотела, цветки боярышника и листья мяты взять в соотношении 2:2:3. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 40 минут, процедить. Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день до еды как желчегонное средство.

### Холецистит

При болях в области печени и желчного пузыря взять траву чистотела — 5 частей, траву мелис-

сы — 1 часть, цветки бессмертника — 2 части, плоды шиповника (толченые) — 6 частей, кору крушины — 2 части, мяту — 2 части.

Залить 1 столовую ложку сбора 300 мл кипятка и выпить за один прием с медом.

### Печеночная колика

Взять траву спорыша — 2 части, мяту — 1 часть, Melissa — 1 часть, траву чистотела — 2 части.

Столовую ложку сбора залить 300 мл кипятка, немного остудить и выжать.

### Желчнокаменная болезнь

Столовую ложку свежих измельченных корней чистотела залить 100 мл водки. Настаивать 10 дней в темноте, процедить. Принимать по 20 капель в  $\frac{1}{3}$  стакана кипяченой теплой воды перед завтраком и обедом. Курс лечения — 3 недели.

### Желчегонные чаи

1. Листья толокнянки — 1 часть, цветки василька синего — 1 часть, корень солодки — 1 часть, трава чистотела — 2 части.

Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Принимать по столовой ложке 3–4 раза в день. Сбор противопоказан при остром воспалении почек и мочевого пузыря, беременности.

2. Трава чистотела — 1 часть, цветки бузины — 1 часть, цветки терновника — 1 часть, трава кра-

пивы двудомной — 1 часть, листья березы — 1 часть.

Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, кипятить 10 минут на слабом огне, охладить, процедить. Утром во время завтрака выпить стакан отвара.

3. Цветки василька синего — 1 часть, листья толокнянки — 2 части, плоды петрушки — 1 часть, плоды березы — 1 часть, листья вахты — 4 части, корень девясила — 1 часть.

Две чайные ложки смеси заварить стаканом кипятка, кипятить 10 минут, процедить. Пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

4. Кукурузные рыльца, цветки бессмертника, трава чистотела, кора крушины, корень валерианы, семена укропа.

Взять по столовой ложке, залить четырьмя стаканами кипятка и кипятить 20 минут на медленном огне. Процедить и принимать раз в день натощак по  $\frac{1}{4}$  стакана. Курс лечения — месяц. В этот период надо пить больше воды, не есть жирного, соленого, кислого молока, мяса, яиц, т. е. строго придерживаться овощной диеты.

Для снятия воспаления в желудочно-кишечном тракте взять 3 л молочной сыворотки, 1 стакан сахара и 1 стакан сухой или нарезанной свежей травы чистотела. Сбор засыпать в мешочек из марли и с помощью грузика (камешка) опустить на дно трехлитровой банки. Если сыворотка перегреется, нужно добавить 1 чайную ложку

сметаны и поставить в теплое темное место, прикрыть марлей. Эта смесь должна простоять не менее двух недель. Затем ее надо процедить и принимать по  $\frac{1}{2}$ —1 стакану утром за 30 минут до еды.

### Вялое пищеварение

Взять траву чистотела — 3 части, горечавку — 2 части, василек — 2 части, кожуру апельсина — 1 часть, полынь — 2 части, девясил — 3 части, кориандр — 3 части, корицы — щепотку, гвоздики — 3 бутона. Три столовые ложки сбора залить 1 л белого вина и выдержать 7 дней. Процедить и использовать по 100 мл 2–3 раза в день перед едой.

### Язва желудка

1. Столовую ложку порошка корня цикория и щепотку сухой травы чистотела смешать со столовой ложкой меда и настаивать в стакане водки 7 дней. Процедить и принимать по столовой ложке 3–4 раза в день (китайский рецепт).

2. Столовую ложку с верхом травы чистотела залить 1 л кипятка и настаивать 30 минут. Процедить и принимать по стакану утром натощак, за 30 минут перед обедом и ужином. Перед сном выпить остаток. Ежедневно готовить свежий настой. Через 2 часа после приема настоя можно выпить 2 сырых яйца. Курс лечения — 10 дней. Организм очистится, и язва зарубцуется.

### Язва желудка и 12-перстной кишки

Взять корень алтея — 2 части, корень солодки — 2 части, траву чистотела — 1 часть, корень окопника — 2 части. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка и кипятить на медленном огне 5–7 минут, остудить. Процедить и принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 3 раза в день до еды.

### Гастрит с повышенной кислотностью

Взять траву чистотела — 1 часть, траву тысячелистника — 2 части, цветки ромашки — 2 части, траву зверобоя — 2 части.

Столовую ложку сбора залить стаканом кипящей воды и настаивать 20 минут. Принимать по  $\frac{1}{3}$  —  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды.

### Глисты (острицы), лямблии

Измельченную траву и корни чистотела (1 столовую ложку) залить стаканом кипятка, остудить, процедить. Выпить в два приема перед завтраком и перед обедом. Процедуру повторять дня подряд.

### Атонический колит

Взять траву чистотела и лист малины в равных количествах. Столовую ложку смеси залить на  $\frac{1}{2}$  л воды, довести до кипения и настаивать 30 минут. Процедить и пить по  $\frac{1}{2}$  стакана за 15–20 минут до еды. Курс лечения — 2 недели.

### Запор

Столовую ложку травы чистотела поместить в эмалированную посуду и залить стаканом горячей кипяченой воды. Закрыть крышкой и поставить на водяную баню на 15 минут. Охладить при комнатной температуре, процедить и отжать оставшееся сырье. Объем полученного настоя довести до первоначального объема (200 мл). Настой можно хранить в прохладном месте не более двух суток.

Принимать по  $\frac{1}{3}$  стакана 2–3 раза в день за 15 минут до еды.

### Метеоризм

Метеоризм — скопление газов в пищеварительном тракте, со вздутием живота, схваткообразными болями.

Метеоризм может быть следствием дисбактериоза, при колитах и энтероколитах, при застое крови в органах брюшной полости, при сердечной недостаточности. Скопление газов может возникнуть и у вполне здорового человека после употребления некоторых продуктов: натурального молока, бобовых, картофеля, капусты, винограда, пива, кваса, ржаного хлеба и других.

Проявления метеоризма — чувство утяжеления и распираания живота, схваткообразные боли, проходящие после отхождения газов, вздутие живота, возможна отрыжка. Иногда боли настолько сильны, что сопровождаются появлением холодного пота, болями в сердце и даже обмороками.

При спазмах в животе готовят следующие сборы:

1. Цветки ромашки лекарственной — 6 частей, корневище валерианы лекарственной — 4 части, трава мяты перечной — 4 части, плоды фенхеля обыкновенного — 3 части, трава чистотела — 3 части.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить 500 мл кипятка, кипятить на слабом огне 2—3 минуты. Настаивать 1—2 часа, процедить, добавить пчелиный мед (из расчета 1 столовая ложка на стакан настоя) и пить настоем теплым по  $1/2$ — $2/3$  стакана 3 раза в день после еды.

2. Траву чистотела, лист малины и траву мелиссы взять в равных соотношениях. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 15 минут, выпить перед сном. Курс лечения — 2 недели.

### Воспаление прямой кишки и трещины прямой кишки (проктит)

В этом случае рекомендуется 2—3 дня ничего не есть, так как прямая кишка и анальное отверстие постоянно травмируются при дефекации. Затем взять сок чистотела и смешать его с 40-градусной водкой в равных количествах. Для спринцевания чайную ложку этой смеси развести в стакане кипяченой воды и ввести в прямую кишку. Через некоторое время процедуру повторить, стараясь задержать жидкость внутри до тех пор, пока она не впитается в кишечник (3—4 часа).

После голодания можно есть протертые супы, толченый картофель, манную кашу на воде, сырые яйца, мед. Так нужно питаться целый месяц и одновременно делать спринцевание. После этого постепенно можно перейти на обычную пищу, соблюдая тем не менее диету, не раздражающую кишечник.

### Геморрой

Взять траву чистотела — 1 часть, кору крушины — 1 часть, плоды кориандра — 2 части, корень солодки — 1 часть.

Столовую ложку сбора залить 200 мл кипятка, настаивать до охлаждения. Процедить и пить по  $1/2$  стакана настоя на ночь.

### Лечение запоров с помощью микроклизм

Взять траву чистотела — 1 часть, цветки календулы — 1 часть, корнеплоды моркови — 1 часть.

Все компоненты измельчить, и 2 столовые ложки сбора залить стаканом кипятка, настаивать до охлаждения. Процедить, добавить кукурузного масла и тщательно взболтать. Использовать для микроклизм по 50—100 мл 1—2 раза в день после опорожнения кишечника.

### Полипы прямой кишки

Заблевание можно вылечить следующим образом.

1. Одну чайную ложку сухой травы чистотела залить стаканом воды, поставить на водяную ба-

ню и держать 20—30 минут. Остудить в течение 30 минут и процедить. Встать на колени, ввести клизмой в прямую кишку весь отвар, постоять немного, потом лечь на правый бок, затем — на левый и на спину. Делать так 10 дней. Затем на 3 дня процедуру прервать, после чего повторить курс лечения.

2. 30—60 г травы чистотела залить холодной кипяченой водой в соотношении 1:10, настаивать 8 часов, процедить и вводить в прямую кишку в течение часа с помощью клизмы. Курс 12 процедур. Через месяц повторить.

### **Парапроктиты и воспаление геморроидальных узлов**

Назначают очистительные эмульсионные клизмы. Для этого взять в равных количествах траву чистотела и цветки ромашки, смешать, и 2 столовые ложки сбора залить стаканом кипятка. Настаивать до теплого состояния, процедить и добавить столовую ложку растительного масла. Размешать и ввести с помощью клизмы в прямую кишку.

Для лечебных микроклизм используют также 30—50 мл теплого отвара ромашки. Курс лечения— 7—8 процедур.

### **Геморрой**

Взять столовую ложку травы чистотела и 1 1/2 столовой ложки цветков ромашки, залить в термосе стаканом кипятка. Настаивать 30 минут, процедить. Сделать очистительную клизму, после

чего ввести спринцовкой в прямую кишку 100 мл приготовленного настоя. После процедуры надо лечь на бок и оставаться в этом положении, пока настой не всосется. Эту процедуру повторять каждый вечер, а по возможности, и несколько раз в день.



## ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ

### Зуд половых органов

Взять поровну траву чистотела, лепестки подсолнечника и лепестки эхинацеи. Наполнить ими половину стакана и залить водой так, чтобы она покрыла сбор. Через 1–2 часа настой довести до кипения, остудить, процедить. Смазывать отваром зудящие места.

### Почечная колика

1. Взять поровну травы чистотела, листьев березы, корня стальника, плодов можжевельника, травы лапчатки гусиной. 4 столовые ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать 30–40 минут, выпить теплым за 30–40 минут и задерживать мочеиспускание как можно дольше.

2. Взять поровну траву чистотела, траву зверобоя и траву тимьяна. Приготовить настой и применять как в предыдущем рецепте.

3. Взять 2 столовые ложки травы чистотела, залить 2 стаканами кипятка, настаивать 15 минут, процедить и пить горячим, маленькими глотками по 1 стакану 3–5 раз в сутки.

### Хронический простатит, аденома

Приготовить сбор: чага (березовый гриб) — 2  $\frac{1}{3}$  части, зверобой продырявленный — 1  $\frac{1}{3}$  части, корневища аира обыкновенного — 1 часть, чистотел большой, трава — 1 часть, тысячелистник обыкновенный — 1 часть.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить в термосе  $\frac{1}{2}$  л крутого кипятка, настаивать 2–3 часа, процедить, растворить мед по вкусу и пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Ежедневно вводить в прямую кишку на ночь по одной свече с прополисом.

### Острый простатит

Приготовить сбор: зверобой продырявленный — 7 частей, цветки ромашки лекарственной — 7 частей, чистотел большой — 3 части, цветки липы сердцевидной — 3 части.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 500 мл крутого кипятка, настаивать 1 час, процедить, растворить мед по вкусу и пить настой теплым по  $\frac{1}{2}$  стакана утром и вечером после еды. Лечение способствует снятию воспалительного процесса и восстановлению функции предстательной железы.

## Простатит

Приготовить сбор: трава чистотела — 2 части, трава сушеницы болотной — 2 части, цветки ромашки аптечной — 1 часть, трава шалфея — 2 части.

Шесть столовых ложек измельченной смеси залить 3 л кипятка, настаивать 1 час, процедить и использовать при хроническом простатите для сидячих ванн длительностью 10—15 минут. После ванны отдыхать в постели не менее часа. Курс лечения: 15 ежедневных ванн. Одновременно из этого же настоя следует делать клизмы, используя на каждую из них по 60—100 мл теплого настоя. Принимать также по 40—60 капель 20%-й настойки прополиса в столовой ложке кипяченой воды 3 раза в день за полчаса до еды.

## Мочекаменная болезнь

Камни в мочевом пузыре и в почках имеют различный состав. Они могут быть уратными (из мочецидных солей), оксалатными (из щавелевокислого кальция) и фосфатно-кальциевыми (из кальция и фосфорнокислых солей).

Общими положениями при использовании всех приведенных ниже рецептов сборов являются:

Обильное питье — 2—3 л в день, включая супы, молочные продукты и соки; форсированный диурез облегчает отхождение песка и камней.

Прием после каждого мочеиспускания  $\frac{2}{3}$ —1 стакан травяного настоя или отвара.

Прием фиточая начинать в период обострения для выведения солей и профилактики инфекции.

Во время почечной колики принимать ванны из лекарственных трав.

Не принимать моночай из сильных мочегонных трав!

1. Цветы белой акации — 2 части, трава чистотела — 1 часть, лист смородины — 1 часть, плоды шиповника (измельченные) — 2 части.

Одну столовую ложку сбора заварить в 500 мл кипятка и принимать в теплом виде по 150 мл 3 раза в день.

2. Пастушья сумка — 1 часть, корни чистотела — 2 части, семя укропа — 3 части, листья толокнянки — 1 часть.

Одну чайную ложку сбора заварить в 300 мл кипятка и принимать горячим с медом 2 раза в день.

3. Лист брусники — 1 часть, цветки василька синего — 2 части, кукурузные рыльца — 1 часть, шишки хмеля — 1 часть, трава подмаренника цепкого — 2 части, трава чистотела — 2 части.

Все ингредиенты хорошо измельчить и 1 столовую ложку сбора заварить в 300 мл кипятка. Настаивать 20 минут, выпить в два приема вечером с медом.

4. Лист березы — 1 часть, трава чистотела — 2 части, лист земляники — 1 часть, липовый цвет — 2 части.

Заварить сбор вместе с зеленым или черным чаем (1 : 1). Выпить в течение дня не менее двух литров.

## ЛЕЧЕНИЕ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕНСКИХ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ

При воспалении придатков матки в остром периоде или при обострении хронического процесса наряду с приемом антибиотиков или сульфаниламидных препаратов с первых дней необходимо использовать сборы лекарственных растений. Это позволит смягчить действие химиотерапевтических средств и уменьшить риск возникновения аллергических реакций. Как показывает наш клинический опыт, применение лекарственных растений повышает защитные силы организма, очищает организм от шлаков, нормализует обмен веществ и гормональный фон.

Чаще других назначаются следующие сборы:

1. Трава чистотела — 1 часть, трава душицы — 1 часть, трава манжетки — 1 часть, цветки календулы — 1 часть, цветки акации белой — 1 часть.

Чайную ложку сбора заварить в стакане кипятка, настаивать 15 минут, процедить. Пить горячим с медом по 1 стакану 3 раза в день после еды. Курс лечения 3—4 недели.

2. Плоды рябины обыкновенной — 1 часть, лист малины — 3 части, трава Melissa — 2 части, трава чистотела — 1 часть.

Одну столовую ложку сбора залить в термосе стаканом кипятка, настаивать 1 — 2 часа. Пить по  $\frac{1}{3}$  стакана 3—4 раза в сутки в течение двух недель.

3. Болгарская народная медицина при воспалительных заболеваниях женских половых органов рекомендует такое средство. Взять муку грубого помола (если нет, то обыкновенную), замесить с 1—2 столовыми ложками меда и яблочным уксусом (сколько возьмет), чтобы получилась лепешка. Ее надо наложить на поясницу (на чистое тело), накрыть марлей, сверху закрыть пергаментом, укутать теплым платком и завязать. Такой компресс ставить на ночь. Если есть возможность, то желательно днем поставить на два часа новый компресс.

4. Народная медицина при воспалении придатков матки рекомендует использовать малину во всех видах. Сушеные ягоды заваривать как чай в термосе и пить с медом или со свежими ягодами малины, протертыми с сахаром.

### При вульвовагините

1. Трава чистотела — 1 часть, листья розмарина — 2 части, трава шалфея — 1 часть.

Столовую ложку смеси залить 1 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить и использовать для спринцеваний и ванночек.

2. Цветки ромашки — 2 части, кора дуба — 1 часть, трава чистотела — 3 части.

Две столовые ложки сбора залить 1 л кипятка, кипятить на медленном огне 15–20 минут, охладить и процедить. Использовать для спринцеваний, влагалищных ванночек и тампонов.

3. Трава чистотела — 2 части, цветки липы — 1 часть, кора ивы — 1 часть.

Четыре столовые ложки смеси залить 1 л кипятка, настаивать 20–30 минут, процедить и остудить. Применять для спринцеваний утром и вечером.

4. Трава лаванды — 1 часть, трава чистотела — 1 часть, цветки календулы — 1 часть, лист березы — 2 части, трава сушеницы — 3 части.

Столовую ложку сбора залить 1 л кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Применять теплый настой для спринцеваний перед сном в течение двух недель.

5. Трава чистотела — 1 часть, цветки донника — 1 часть, цветки ромашки — 2 части.

Две столовые ложки сбора залить 200 мл кипятка, настаивать 2–3 минуты, распаренную траву завернуть в несколько слоев марли и в ткань. Вводить в теплом виде во влагалище.

### Патологический климактерический период

1. Трава чистотела — 1 часть, трава тысячелистника — 1 часть, трава лапчатки гусиной — 1 часть.

Столовую ложку сбора залить 200 мл кипятка, остудить, процедить. Пить по 200 мл настоя 2 раза в день.

2. Трава чистотела — 1 часть, трава фиалки трехцветной — 1 часть, цветки бузины черной — 3 части.

Четыре столовые ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать 30 минут. Пить по 200 мл настоя утром и вечером небольшими глоточками в течение 10 дней.

### Послеродовые травмы промежности и влагалища

Трава чистотела — 3 части, трава тысячелистника — 1 часть, трава хвоща полевого — 1 часть.

Две столовые ложки сбора залить 1 л кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Применять наружно местно.

### Трихомонадный кольпит

Взять 2 столовые ложки травы чистотела, залить 500 мл воды и кипятить на медленном огне 5–7 минут, настаивать 1 час. Процедить и использовать для спринцеваний утром и вечером.

## Болезненные менструации

Взять 1 чайную ложку травы чистотела и столько же травы мяты, заварить как чай и пить горячим без ограничения.

## Бели

Залить 30 г измельченной травы чистотела стаканом кипятка, после охлаждения процедить. Применять для спринцеваний, ванночек, микроклизм.

**Препараты чистотела противопоказаны при беременности!**

## Нарушения менструального цикла

Взять столовую ложку смеси в равном количестве травы чистотела и тысячелистника, залить стаканом кипятка, остудить и процедить. Настой выпить в течение дня небольшими глотками. Курс лечения при болезненных нерегулярных менструациях 3—4 месяца. После двухмесячного перерыва лечение повторить.

## Трещины сосков

Цветки ромашки — 3 части, цветки календулы — 3 части, трава чистотела — 1 часть.

Две столовые ложки сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 20 минут, процедить. Для наружного применения.

## ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ СУСТАВОВ

### Артрит

Взять в равных количествах камфарное масло, измельченный чеснок и траву чистотела, хорошо размешать и натирать этой смесью пораженные суставы. Лучше это делать на ночь, укутать больное место шерстяным платком. Курс лечения 3—4 недели.

### Хронический полиартрит

Взять 1 столовую ложку травы чистотела и 2 столовые ложки мяты. Заварить приготовленный сбор  $\frac{1}{2}$  л чая и пить в течение дня глотками. Курс лечения — 3 недели.

### Нарушение обмена веществ

Взять 1 столовую ложку травы чистотела и 1 чайную ложку травы спорыша, залить 500 мл

холодной воды на ночь, утром довести до кипения, процедить и охладить. Утром натошак выпить 1 стакан настоя, а оставшееся количество разделить на 3 приема. Пить через час после еды. При этом надо исключить из рациона острое, соленое, жареное и жирное. Курс лечения — месяц.

### Подагра (отложение солей)

Лечение подагры длительное. Пациентам необходимы терпение, диета и активный образ жизни.

1. Взять столовую ложку травы чистотела и 2 столовые ложки цветков сирени (сиреневой), залить 200 мл водки и поместить в темное место на 10—12 дней, ежедневно встряхивая. Затем профильтровать и принимать по 20—30 капель настойки 3 раза в день перед едой.

2. Взять поровну траву шалфея, брусничный лист, цветки ромашки и липовый цвет. Заварить как чай (1 чайная ложка сбора на стакан кипятка, настаивать 15 минут и пить теплым (не более трех стаканов в день)).

3. Взять кору и корни барбариса и смешать с травой чистотела в соотношении 2 : 1. Приготовить настойку, залив 25 г сбора 100 мл 70-градусного спирта. Принимать по 30 капель 3 раза в день.

Это средство помогает и при застарелых подагрических узлах.

### Болезни суставов

От ревматических болей в суставах предлагаем несколько рецептов сборов.

1. Трава чистотела — 1 часть, корень барбариса — 1 часть, листья березы — 4 части, кора ивы — 5 частей.

Столовую ложку смеси трав залить 300 мл воды, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут. Принимать в теплом виде по  $\frac{1}{2}$  стакана 4 раза в день после еды.

2. Взять по одной части: листья крапивы, траву чистотела, корни лопуха, петрушку, кору ивы, цветки липы и бузины, корни цикория и одуванчика, добавить по 2 части хвоща полевого и эфедры двуколосковой, перемешать.

Столовую ложку смеси трав залить 250 мл кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 30 минут. Процедить и принимать по  $\frac{3}{4}$  стакана 3 раза в день до еды.

3. Цветки боярышника — 4 части, стебли паслена сладко-горького, цветки арники, хвощ, свежая трава чистотела — по 1 части; трава кипрея (Иван-да-Марья), кора крушины — по 2 части. Перемешать и взять столовую ложку смеси, залить стаканом кипятка и настаивать 2 часа. Процедить и пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 3 раза в день до еды.

4. Взять поровну цветки липы, листья мать-и-мачехи, Melissa, траву чистотела, листья черной смородины. Хорошо смешать. Три столовые лож-

ки сбора залить 3 стаканами кипятка, укутать и настаивать 30 минут. Процедить и выпить в течение дня.

### Отеки

Измельчить столовую ложку корней лопуха и чайную ложку корней чистотела. Залить двумя стаканами кипятка, настаивать час. Процедить и принимать по  $1/2$  стакана 3–4 раза в день в теплом виде (китайская медицина).

## ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ И НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

### Успокаивающий сбор при сердечном неврозе

Трава чистотела — 2 части, трава тысячелистника — 1 часть, трава мяты — 3 части.

Столовую ложку сбора заварить стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по  $1/4$  стакана 3 раза в день за 10–15 минут до еды.

### Атеросклероз

20 г сушеных плодов боярышника или свежих ягод и чайную ложку травы чистотела залить стаканом кипятка, настаивать 30 минут или поварить 5 минут на слабом огне. Пить перед едой и на ночь по 1 стакану отвара. Курс лечения — 3 недели.

### Стресс, приступ мигрени

Взять щепотку травы чистотела и заварить как чай в фарфоровом чайнике. Через 15 минут про-

цедить и выпить горячим вприкуску с засахаренным имбирем. Необычный аромат и жгучесть имбиря в сочетании с чаем из травы чистотела, быстро снимающим спазмы, избавит от приступа мигрени.

### **Нервная возбудимость и бессонница**

Бессонницу называют болезнью нервной системы. Стрессы, неврозы, перенапряжения, переживания — все это откладывается в копилку нашего самочувствия. Бессонница может являться лишь верхушкой айсберга, реакцией нашего подсознания на затаившиеся в нем тревоги, страхи, сомнения, от которых мы отмахивались и предпочитали о них не думать днем. Но организм не обмануть, и он расплачивается с нами по-своему: повергает нас в ночное бодрствование, которое изматывает.

В народной медицине существует немало рецептов приготовления снотворных чаев, настоев.

1. 50 г семян укропа варить 15–20 минут на слабом огне в 500 мл вина «Кагор» или «Портвейн», добавить столовую ложку измельченной в порошок травы чистотела, настаивать, укутав, 1 час, процедить и отжать. Принимать по 1/4 стакана перед сном.

2. Чайная ложка травы чистотела и 2 чайные ложки шишек хмеля залить стаканом кипятка, настаивать, укутав, 4 часа, процедить. Принимать по стакану на ночь.

3. 25 г шишек хмеля и 10 г травы чистотела залить 100 мл спирта, настаивать неделю в темноте, регулярно встряхивая. Принимать по чайной ложке 2–3 раза в день, особенно на ночь.

4. Столовую ложку корней шиповника смешать с двумя столовыми ложками корней чистотела. Взять чайную ложку сбора, залить 200 мл воды и кипятить 15 минут на слабом огне, настаивать 30 минут, процедить. Принимать во второй половине дня.

### **Инсульт**

Чистотел обладает свойством рассасывать рубцы после инфаркта и инсульта. Для лечения инсульта взять столовую ложку травы чистотела, поместить в термос и залить стаканом кипятка. Настаивать 15 минут, процедить и пить по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды. Курс лечения — 1 месяц.



## ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ КОЖИ И ВОЛОС

### Псориаз

Эффективность чистотела при псориазе доказана многими клиническими испытаниями. В стационарных условиях были применены водные настои или отвары свежего и высушенного растения. Хорошие результаты дали также примочки, компрессы и ванночки. Лечение проводили больным с псориазом в стадии острого воспаления. На 23-й день лечения у больных уменьшалось ощущение зуда или он полностью исчезал, уменьшалась инфильтрация кожи в очагах поражения. В дальнейшем лечение ванночками из 10%-го настоя чистотела сочеталось с применением аптечных мазей с регенерирующим и отшелушивающим свойствами.

Нами разработана методика лечения псориаза с учетом того, что заболевание является сложным и его течение зависит от состояния нервной и пищеварительной системы.

Дерматологи считают псориаз (чешуйчатый лишай) хроническим дерматозом, при котором кожные проявления сопровождаются разнообразными нарушениями центральной и вегетативной нервной систем, а также эндокринными и иммунологическими отклонениями.

При псориазе поражается кожа волосистой части головы, поверхностей ног, рук и туловища. В процесс могут вовлекаться суставы и ногти. Основным признаком заболевания является возникновение розоватых округлых бляшек, покрытых серовато-белыми чешуйками. Если их осторожно снять, то под ними обнаружится тонкая пленка с кровоизлияниями. При обострении или прогрессировании заболевания число бляшек возрастает, они могут сливаться. Больных беспокоит сильный зуд.

Поскольку заболевание затрагивает весь организм, нами разработана эффективная схема лечения, рассчитанная на 18–24 дня. В течение этого периода больной находится на следующей диете:

8–9.00 часов — 300 г тертой сырой моркови, 150–200 г тертых яблок или груш, 40 г ядер грецких или лесных орехов (фундук).

12–13.00 часов — 180–200 г нежирного творога, 1–2 стакана настоя шиповника. При пониженном весе разрешается съесть 15–20 г натурального меда.

16–17.00 часов — 500–600 г тертых яблок, 2–3 куска арбуза или дыни, 150–200 г сладких вишен, черешни, слив, бананов.

20–21.00 часов — 180–200 г нежирного творога, 300 г тертых огурцов или 200 г груш, абрикосов, персиков или 150 г айвы.

За 1 час до сна больному разрешается выпить 1 стакан простокваши, кефира или ацидофилина.

Фрукты, перечисленные в рецепте, можно заменить другими (кроме citrusовых) или овощами (репа, брюква и др.).

В курс лечения входят 5—6 сифонных промываний кишечника из 10—15%-го водного настоя трав: тысячелистника, крапивы, мать-и-мачехи, взятых в равных количествах. Температура настоя 37° С (при запорах) и 38° С (при поносах). Количество настоя на 1 процедуру 7—9 литров. Процедуры принимают через 2 дня.

Во время лечения больной принимает также 4—5 полных ванн с 10%-м отваром травы чистотела большого.

Кроме того, ежедневно внутрь натошак назначают 10—15 капель настойки чистотела (1 часть сока и 1 часть 70%-го спирта).

При лечении псориаза у фитотерапевтов популярна следующая пропись:

Трава чистотела — 1 часть, цветки бузины черной, корень девясила, кукурузные рыльца, лист брусники, трава хвоща — по 2 части, трава череды, трава зверобоя, корень аира — по 3 части.

Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, варить на медленном огне 7—10 минут, настаивать 30—40 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день через 40—60 минут после еды.

Сухую траву чистотела на смальце (1 : 4) используют для мазевых повязок.

## Экзема

Экзема — аллергическое заболевание кожи, для которого характерны зуд, жжение, покраснение, уплотнение, мокнутия, трещины, шелушение. Очаги поражения кожи обычно располагаются симметрично, у них нет резких границ со здоровыми участками кожи. Заболевание имеет первично хроническое течение. Ремиссии, как правило, нестойкие.

Лечение заболевания должно быть общим в сочетании с местным. Оно зависит от стадии процесса. При выявлении у больного экземой очагов локальной инфекции (хронического тонзиллита, гайморита, кариеса зубов и др.) и сопутствующих заболеваний органов пищеварения необходимо лечение у соответствующих специалистов.

Местное лечение зависит от стадии экземы. В остром периоде назначают примочки или влажно-высыхающие повязки с дезинфицирующими растворами или настоями трав, обладающих противовоспалительными и вяжущими свойствами.

Народная медицина предлагает множество прописей для местного применения лекарственных трав и чая.

При устранении мокнутия, для рассасывания инфильтратов, уменьшения зуда используются пасты, мази, кремы, содержащие лекарственные растения. Нередко больным с экземой назначают ванны с настоем травы чистотела.

В комплексное лечение входят растительные адаптогены (общеукрепляющие и стимулирующие средства) в виде настоек женьшеня, левзеи, заманихи по 20—30 капель 1—2 раза в день.

При сухости и зуде кожи используются растения с противозудным, противовоспалительным действием на мазевой основе. В качестве основы применяют рафинированное подсолнечное, оливковое, кукурузное масла.

Две столовые ложки сухого чистотела залить стаканом кукурузного масла, держать на водяной бане 40 минут, охладить и профильтровать. Смазывать пораженные участки дважды в день. Курс лечения 15–21 день. Его можно повторять 2–3 раза в год.

При экземе также используют травяные чаи, куда входит трава чистотела.

1. Трава чистотела — 1 часть, лист черной смородины — 2 части, липовый цвет — 2 части.

Заваривать как чай (1 чайная ложка сбора на стакан кипятка) в фарфоровом чайнике или кружке для заварки. Пить по  $\frac{1}{3}$  стакана теплого настоя 2–3 раза в день за 30 минут до еды. До излечения.

2. Трава чистотела — 2 части, цветки боярышника — 1 часть, трава пустырника — 1 часть.

Столовую ложку сбора залить 500 мл воды, довести до кипения и остудить. Процедить и пить по  $\frac{1}{3}$  стакана теплого настоя 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

3. Трава чистотела — 1 часть, цветки календулы — 1 часть, трава мяты — 2 части.

Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настаивать 15 минут. Пить глотками в течение дня.

## Обострение экземы (мокнущая)

Измельченные корни чистотела залить холодной водой (50 г на 5 л воды), настаивать 2 часа, кипятить 20 минут и снова настаивать 2 часа, процедить. Настой вылить в ванну (36,5–37,5° С) и принимать на ночь при экземе, фурункулезе. Курс лечения — 8–12 ванн.

## Сухая экзема

Две столовые ложки травы чистотела и столовую ложку листьев розмарина залить 200 мл оливкового масла, нагреть на водяной бане до 60–70° С, настаивать 12–14 часов, профильтровать. Смазывать кожу при зуде и сухости.

## Дерматит слухового прохода

Хорошо себя зарекомендовала мазь из чистотела. Сухие измельченные в порошок листья и цветки чистотела смешать с ланолином и вазелином, взятыми в равных количествах. Смазывать кожу слухового прохода 2 раза в день.

## Дерматит, нейродермит

Четыре столовые ложки измельченной травы чистотела с цветками и столовую ложку листьев березы смешать, залить 2 л воды и кипятить 2–3 минуты в закрытой посуде. Настаивать 8 часов, процедить и использовать для ванн и обмываний.

### Кожная сыпь

Взять в равных количествах цветки розового клевера и траву чистотела. Столовую ложку сбора залить 300 мл кипятка, настаивать час, процедить. Протирать и обмывать кожу этим настоем раз в день в течение месяца. Внутрь принимать легкий чай из травы чистотела (1 чайная ложка на стакан кипятка, настоять 15–20 минут). Его надо выпить после последнего приема пищи.

### Фурункулез

Смешать по 2 столовые ложки травы чистотела, тертых свежих корней петрушки и нутряного свиного жира.

Наложить мазь на фурункул и накрыть льняной тряпочкой. Внутрь хорошо принимать настой петрушки. Для этого 2–3 корня с зеленью залить 1 л кипятка в термосе, настаивать ночь. Пить в течение дня этот настой до 5 часов вечера.

### Угревая сыпь

Мелко нарезать большой лист алоэ (перед этим его неделю не поливать), один небольшой красный горький перец, столовую ложку с верхом сухой травы чистотела. Смесь залить 500 мл водки и поставить в прохладное темное место на 10 дней. Профильтровать и хранить в холодильнике. Настойка будет полезна и при порезах, невралгии, болях в мышцах и суставах.

### Мозоли

Возьмите 2 столовые ложки измельченной в порошок травы чистотела на 50 г свиного нутряного жира, подогрейте до 45–50° С на водяной бане и оставьте в холодильнике на 2–3 дня. Смазывайте мозоли после распаривания ног 1 раз в день перед сном.

### Долго не заживающие язвы и раны

1. Взять свежие листья чистотела, помять их и приложить к ране. Если нет свежих, можно воспользоваться сухими листьями, распарив их и прибинтовав к больному месту.

2. Измельчить 30 г корней лопуха и 20 г корней чистотела. Залить смесь 100 г подсолнечного масла, кипятить 15 минут на слабом огне, процедить. Смазывать долго не заживающие раны.

### Лечебная ванна для взрослых при дерматите

Взять листья березы — 1 часть, чистотел — 2 части, лопуха — 2 части и клевера — 1 часть. 500 г этого сбора залить 10 л воды, довести до кипения и настаивать 40–50 минут. Состав процедить и влить в ванну (температура воды 37,5–38° С). Продолжительность процедуры (нахождения в ванне) 20 минут. Принимать 2–3 раза в неделю до получения эффекта. После ванны кожу не вытирать, а осторожно промокать.

## Бородавки

1. Взять корень чистотела и тщательно вымыть. Поверхность бородавки смочить водой и слегка поскоблить прокипяченным ножом, затем 2—3 раза смазать соком, выделяющимся из среза корня чистотела. Так делать 2 раза в день. Избавляться от бородавок лучше при убывающей луне. Если бородавки до новолуния не исчезли полностью, лечение нужно приостановить и продолжить снова на убывающей луне. Как правило, бывает довольно одного курса.

2. Взять репчатый лук, очистить, разрезать пополам и соскоблить немного мякоти. Обработать этой кашицей бородавку, просушить и намазать соком чистотела.

## Облысение

Два раза в неделю мыть голову отваром из смеси 20 г хмеля и 30 г травы чистотела. Сбор запарить в кастрюле с небольшим количеством воды, настаивать 2—3 часа, процедить, добавить 3—5 капель лавандового масла и немного кипятка (чтобы согреть настой). После процедуры ополоснуть голову.

## Жирные волосы

Взять столовую ложку листьев чистотела, добавить чайную ложку листьев лопуха и столько же цветков бессмертника. Залить 100 мл водки и настаивать неделю, ежедневно встряхивая. Втирать в корни волос раз в день в течение месяца.

## Выпадение волос

Взять по щепотке измельченных корней лопуха и аира, листьев мать-и-мачехи, травы чистотела и листьев крапивы. Сначала кипятить 15—20 минут корни в 1 л воды при закрытой крышке, затем в отвар добавить травы, настаивать 30 минут и процедить. Смочить полотенце теплым отваром, обвязать им голову и оставить на 20—25 минут, затем вымыть голову детским мылом.

## Грибковые заболевания ногтей и кожи

Взять сок травы чистотела и добавить такое же количество свиного (нутряного) жира, смешанного с 15—20%-м столовым уксусом (3:1). Перед применением мази распарить ноги в содово-мыльном растворе, тщательно вымыть щеточкой, особенно под ногтями, и просушить. Смазать приготовленной мазью пальцы и ступни и надеть чистые прокипяченные носки. Чтобы инфицированная обувь не была источником повторного заражения, надо обработать ее изнутри 25%-м столовым уксусом, с помощью тампона. Обработанную обувь поместить в полиэтиленовый мешок, завязать его и оставить на три дня. Затем высушить обувь.

## ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЛОСТИ РТА, ЛОР-ОРГАНОВ И ЛЕГКИХ

### Пародонтоз

1. Приготовить 30%-ю спиртовую настойку травы и корней чистотела. Настаивать надо не менее двух недель, затем профильтровать. Полученной настойкой прижигать десневые карманы.

2. Приготовить спиртовую настойку травы чистотела и мяты, взятых в равных количествах. Две столовые ложки сбора залить 70-градусным спиртом или водкой, настаивать 10 дней в темноте, ежедневно встряхивая. Профильтровать, слить во флакон с притертой пробкой. 30 капель настойки растворить в  $1/2$  стакана теплой воды и полоскать рот после еды. Курс лечения — месяц.

### Гипосалия или асиалия (недостаточное количество слюны)

Взять чайную ложку травы чистотела, залить стаканом кипятка, настаивать 15 минут и проце-

дить. Теплый настой держать во рту 5—7 минут 2 раза в день (утром и вечером перед сном).

### Хронический тонзиллит (рецепт К. В. Яременко)

Приготовить на водяной бане 10%-й настой чистотела. Использовать для полосканий, орошения полости рта и для ингаляций.

### Хроническое воспаление среднего уха (рецепт И. Б. Солдатов)

Свежий сок чистотела смешать с 70-градусным спиртом в соотношении 2 : 1. Закапывать в больное ухо 1—2 раза в день по 2—3 капли после тщательного очищения слухового прохода. После закапывания необходимо полежать на здоровом ухе 10—15 минут. Капли перед употреблением подогреть в кружке с горячей водой и встряхнуть!

### Острое воспаление среднего уха (отит)

Приготовить 20%-ю спиртовую настойку травы чистотела, для чего 20 г травы залить 100 мл водки, настаивать 10 дней и профильтровать. Смачивать в настойке ватные тампончики и вводить их в слуховые проходы.

### Коклюш

Чайную ложку сухого чистотела заварить стаканом кипятка, настаивать 2 часа. Пить горячим (маленькими глоточками) в течение суток.

Кроме этого, можно сварить в мундире картофель, размять его и в салфетке приложить к груди (область проекции трахеи) на 5—7 минут. Затем покрасневшую кожу накрыть мягкой салфеткой и уложить ребенка в постель. Процедуру можно повторять ежедневно до выздоровления.

### Простуда

Столовую ложку травы чистотела смешать с чайной ложкой липового цвета и залить стаканом кипятка. Настаивать 15—20 минут и выпить горячим (можно с ложкой меда).

### Герпес

При герпетических высыпаниях полезно смазывать пораженные участки свежим соком чистотела. Если «простуда» появляется на губах периодически после переохлаждения или стресса, то нужно сок чистотела заготовить впрок, смешав его с водкой или 70-градусным спиртом в равных долях.

### Грипп

Столовую ложку травы чистотела смешать с чайной ложкой листьев малины, заварить, как чай, пить горячим с медом.

### Гайморит

1. Траву чистотела и цветки зверобоя, взятые в равных частях, залить растительным маслом 1 : 10, поставить на водяную баню на 40—50 минут,

охладить и профильтровать. Использовать для смачивания турунд, которые 1—2 раза в день нужно держать в носу 15—20 минут. При этом надо лежать без подушки. Курс лечения — 5—7 дней.

2. Измельчить 10 листиков каланхое, добавить столовую ложку с верхом сухой травы чистотела и чайную ложку сухой травы мяты, залить 100 мл водки и настаивать 10 дней в темноте, ежедневно встряхивая. Профильтровать и смазывать переносицу 3—4 раза в день.

### Полипы в носу

Измельчить цветки ромашки и траву чистотела, взятые в равных количествах. Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настаивать 1 час и процедить. Полоскать носоглотку несколько раз в день, до исчезновения полипов.

### Папилломатоз гортани

Использовать свежий и консервированный сок чистотела. Им прижигать гортань после удаления папиллом. Кроме того, в послеоперационный период, в течение месяца, делать ингаляции из настоя травы чистотела. Для его приготовления 8 г травы залить 200 мл кипятка, настаивать 1 час и профильтровать.

### Полипы в носу

Несколько свежих кустов травы чистотела (все растение с корнем), промыть в проточной во-

де и пропустить через мясорубку. Отжать сок через несколько слоев марли, слить в бутылку с закрытой пробкой и оставить на 5 суток в темном месте. Ежедневно открывать бутылку. Закапывать пипеткой по 2—3 капли сока в каждую ноздрю. При закапывании надо лежать. Легкое пощипывание в носу и носоглотке проходит через 2—3 минуты.

### Обременительный сухой кашель

Трава чистотела — 1 часть, цветки мальвы лесной (просвирника) — 1 часть, трава мать-и-мачехи — 1 часть, цветки дикого мака — 3 части.

50 г этого сбора залить двумя стаканами кипятка, парить, укутав, всю ночь, пить по  $1/2$  ложки теплого настоя 5—6 раз в день и обязательно перед сном.

### Бронхоэктаз

Трава чистотела — 1 часть, трава спорыша — 1 часть, трава чабреца — 1 часть, корень солодки — 1 часть, почки сосны — 1 часть.

Четыре чайные ложки сбора залить  $1\frac{1}{2}$  стакана холодной кипяченой воды, настаивать 2 часа, потом довести до кипения, кипятить 2—3 минуты и остудить. Процедить и пить по  $1/2$  стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

### Бронхит

Чайную ложку травы чистотела и столовую ложку тысячелистника залить 500 мл кипятка в

термосе, настаивать 1—2 часа, процедить и пить по  $1/2$  стакана 2—3 раза в день в горячем виде за 30 минут до еды.

### Гайморит, хронический насморк, воспаление среднего уха

Приготовить 5%-й настой чистотела и промыть им носовую полость.

При остром и хроническом воспалении среднего уха использовать сок чистотела, смешанный со спиртом в соотношении 1 : 1. Его закапывают по 2—3 капли 1—2 раза в день.

### Бронхиальная астма

Взять поровну траву чистотела, пион, эфедру, корень девясила и прострел луговой. Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка. Настаивать 2 часа и процедить. Выпить в течение дня. Курс лечения — месяц — полтора.



## ЛЕЧЕНИЕ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

### Заболевания разной локализации

Чистотел входит во многие фитосборы, рекомендуемые народной медициной при опухолях различной локализации.

Чистотел входит в схему лечения, предложенную известной целительницей, жившей на Дальнем Востоке, М. В. Галюк. В эту схему входят следующие настойки:

1. Корень бадана измельчить до размеров гречневой крупы, положить в эмалированную посуду и на каждые 50 г корня добавить 350 мл кипяченой воды, охлажденной до 60° С. Укутать и настаивать 8 часов. Корень оставить в настое. Хранить в прохладном месте.

2. Положить в темную бутылку 100 г сухого чистотела, залить 500 мл водки и настаивать 5 суток.

3. Раздробить 100 г корня элеутерококка, поместить в темную бутылку, залить 500 мл водки и настаивать 10 суток.

4. Раздробить 50 г марьиного корня, поместить в темную бутылку, залить 500 мл водки и настаивать 10 суток.

Курс лечения длится три месяца и состоит в том, что последовательно принимают:

настойку бадана — 3 дня 3 раза в день по 2—3 чайные ложки за час до еды;

настойку чистотела — 3 дня по десертной или столовой ложке 3 раза в день за 40 минут до еды;

настойку элеутерококка 3 дня по чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды;

настойку марьиного корня — все три месяца по 30—40 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

Следовательно, каждую из настоек принимают на фоне марьиного корня по 3 дня в указанном порядке 3 месяца.

Учитывая, что все настойки готовят на водке, при приеме их надо разбавлять водой в три раза.

При выраженных опухолях рекомендуется в течение 30—45 дней 2 раза в день ставить на опухоль компресс из настойки бадана, разведенной в 2 раза водой. Затем в течение следующих 45 дней продолжают делать компрессы из неразведенной настойки. При метастазах в печень все лекарства необходимо готовить на воде: 30 г сухой травы чистотела в 500 мл воды довести до кипения в эмалированной посуде, снять с огня и дать постоять 10 минут, процедить, слить в темную бутылку и хранить в прохладном месте. Принимать по 100 мл 3 раза в день за 10 минут до еды.

Если есть возможность получать свежий сок чистотела, то пить его следует по 1—2 мл, разводя

в 50 мл кипяченой воды и добавляя туда по 40—60 капель экстракта прополиса 3 раза в день за 30 минут до еды.

Кроме того можно взять 12 г сухой измельченной травы чистотела, залить 500 мл водки, настоять в темном месте 5 суток и профильтровать. Принимать по 1 столовой ложке настойки и по 40—60 капель 10%-го спиртового экстракта прополиса с 50 мл кипяченой воды 3 раза в день за 30—40 минут до еды.

### Рак губы

Приготовить сбор из равных частей корней репешка обыкновенного, молодых веток омелы белой, листьев лопуха малого, травы подмаренника цепкого.

Столовую ложку сухой измельченной смеси залить 500 мл кипяченой воды, варить на медленном огне 10 минут, настаивать 30 минут — час, процедить и пить по 2/3 стакана 3 раза в день за 20—30 минут до еды. Приготовить также чистотеловую мазь. Для чего 1 часть порошка травы чистотела (или 1 часть свежего сока чистотела) смешать с 4 частями вазелина (или другой жировой основы), добавить для предохранения от порчи 0,25%-й раствор карболовой кислоты и несколько раз в день наносить на больное место.

### Рак кожи

1. Приготовить сбор: листья подорожника большого — 5 частей, трава подмаренника цепко-

го — 5 частей, соцветия клевера лугового красного — 5 частей, соцветия календулы лекарственной — 4 части, трава дурнишника обыкновенного — 1 часть.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 500 мл крутого кипятка, настаивать 30—40 минут, процедить и пить по 1/2 стакана 3 раза в день. Одновременно принимать по 1/2—1 чайной ложке цветочной пыльцы 2—3 раза в день и смазывать пораженное опухолью место соком из травы и корней чистотела 3—5 раз в день.

2. Взять млечный сок чистотела большого — 1 часть, прополисную мазь — 4 части и растереть в ступке до однородной массы. Накладывать мазь в повязках на зону поражения.

Пить ежедневно свежесваренный зеленый чай (не из пакетиков) и избегать прямых солнечных лучей,

3. Две столовые ложки травы чистотела залить 1 л кипятка, настаивать 40—50 минут, процедить.

Пить 4 стакана в день этого настоя. 1 стакан утром натощак, 2 стакана днем, 1 стакан на ночь.

### Опухоли пищевода и желудка

Приготовить сбор: лист подорожника большого — 4 части, кора крушины ольховидной — 3 части, подмаренник северный — 3 части, ботва моркови посевной — 3 части, трава чистотела большого — 2 части, корни таволги вязолистной —

2 части, репешок обыкновенный — 2 части, корни крапивы двудомной — 1 часть.

Столовую ложку сухой измельченной смеси залить в термосе 500 мл кипятка, настаивать 8—10 часов, процедить. Пить по 150 мл за полчаса до еды 3 раза в день при доброкачественных и злокачественных опухолях пищевода и желудка. Одновременно принимать по 40—60 капель 20%-й настойки прополиса в 50 мл кипяченой воды 2—3 раза в день. Хорошо также каждый день за едой выпивать по  $\frac{1}{2}$  стакана свежотжатого сока свеклы красной и съедать 2—3 зубчика чеснока.

### Рак желудка

1. Приготовить 5%-й настой чистотела и пить его в течение дня независимо от еды как легкое обезболивающее средство и для профилактики метастазов.

2. Свежесорванную траву чистотела пропустить через мясорубку, отжать сок, залить водкой в соотношении 1 : 1 и пить по чайной ложке 3 раза в день, запивая 30—50 мл кипяченой воды. Одновременно принимать по 40—60 капель 20%-й настойки прополиса в небольшом количестве воды. Курс лечения — 3 месяца. В пищу включать больше моркови, болгарского перца, петрушки, лука, чеснока и других растений, богатых каротином.

### Рак пищевода, желудка, кишечника

Пять столовых ложек сухих измельченных корней черныбыльника залить 500 мл кипятка, варить на слабом огне 10 минут, настаивать 1—2 часа, затем процедить. В полученный отвар влить чайную ложку настойки водяного перца (горца перечного) и пить по 30 мл (2 столовые ложки), добавляя туда по 40—60 капель 10%-го спиртового экстракта прополиса, 3 раза в день за 30 минут до еды.

Это лечение хорошо сочетать с приемом настойки чистотела, которую следует пить за 10—15 минут до приема отвара корней черныбыльника (в стакан налить 50 мл кипяченой воды, добавить туда нужную дозу настойки чистотела). Настойку чистотела принимать по следующей схеме: первую неделю — 10 капель на 50 мл воды, во вторую — 20 капель, в третью — 30 капель, а с четвертой недели — по 50 капель до полного использования всей настойки (500 мл). Готовят ее следующим образом: пол-литровую банку заполнить наполовину измельченной травой чистотела, собранной в мае, залить доверху водкой, закрыть крышкой и выдержать 12—14 дней в темном месте, периодически встряхивая, затем процедить. К 150 мл этой концентрированной настойки добавить 350 мл водки — и препарат готов.

### Рак прямой кишки

1. Приготовить сбор: кора крушины ольховидной — 4 части, подмаренник цепкий — 3 части,

соцветия клевера лугового — 2 части, ветки с листьями омелы белой — 2 части, цветки календулы лекарственной — 2 части, прострел раскрытый — 2 части, золотарник обыкновенный — 2 части, чистотел большой — 2 части, соцветия бодяка полевого — 1 часть.

Столовую ложку сухой измельченной смеси залить 500 мл кипятка, настаивать 2–3 часа, процедить. Пить  $\frac{2}{3}$  стакана за 20–30 минут до еды 3 раза в день. Одновременно ставить свечи с прополисом на ночь в прямую кишку. Лечение длительное. Через 4–6 недель следует сменить сбор трав или сделать перерыв на 10–15 дней. Хорошо выпивать по  $\frac{1}{2}$ –1 стакану сока моркови с медом и молоком 2–3 раза в день.

2. Вставлять в прямую кишку ежедневно на ночь свечу с прополисом и делать 1 раз в день клизмы из водного раствора измельченной свежей травы чистотела. На каждую процедуру брать свежую траву чистотела из расчета 1 г на 1 кг веса больного. Траву пропустить через мясорубку, затем залить подогретой до 70–80° кипяченой водой в соотношении 1:10. После остывания всю смесь, не процеживая, ввести больному в виде клизмы и удерживать в кишечнике 1–2 часа. За 2–3 часа до процедуры сделать очистительную клизму. Процедуры проводить через 1–2 дня (на курс 10–20 клизм). В диету включать больше овощей и зелени, богатых каротином.

3. Приготовить сбор из равных частей чистотела большого, веток омелы белой, золотника

обыкновенного, буквицы лекарственной, чабреца обыкновенного, календулы лекарственной, соцветий лопуха большого и бодяка полевого.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 500 мл кипятка, настаивать 8–10 часов и процедить. Пить по  $\frac{2}{3}$  стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Через месяц сбор трав сменить или сделать перерыв на 2 недели, затем лечение продолжить. Одновременно принимать 20%-ю настойку прополиса по 40–50 капель 3 раза в день.

4. Приготовить сбор: соцветия лопуха большого — 3 части, душица обыкновенная — 3 части, ветки с листьями омелы белой — 2 части, чистотел большой — 2 части, иван-чай узколистный — 2 части, золотарник обыкновенный — 2 части, корневище айра болотного — 1 часть, почки тополя черного — 1 часть, соцветия календулы лекарственной — 1 часть, соцветия бодяка полевого — 1 часть, листья вахты трехлистной — 1 часть, донник лекарственный — 1 часть.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить 500 мл кипяченой воды, парить на слабом огне 10–12 минут, настаивать 30 минут — час, процедить. Пить по  $\frac{1}{2}$  стакана 4 раза в день за 20–30 минут до еды. Одновременно ставить свечи с прополисом на ночь, вводя их глубоко в прямую кишку. Лечение длительное. Через месяц следует сменить сбор трав или сделать перерыв на 10–15 дней. Хорошо съедать с пищей по 2–3 зубчика чеснока в день.

## Опухоль легких

1. Смешать по 50 г корневища арники горной и травы чистотела.

Столовую ложку сухой измельченной смеси залить в термосе 500 мл кипятка, настаивать 8–10 часов, процедить и пить по 2/3 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Через каждый месяц лечения делать перерывы на 2 недели. Одновременно принимать 10–15%-е прополисное масло по 1/2–1 чайной ложке 2–3 раза в день.

2. Приготовить сбор: соцветия бодяка полевого — 3 части, корень таволги вязолистной — 2 части, корень марьяна корня — 2 части, трава чистотела — 2 части, корень буквицы лекарственной — 2 части, соцветия календулы лекарственной — 2 части, соцветия татарника колючего — 2 части.

Столовую ложку измельченного сбора залить 500 мл кипятка, варить на медленном огне 10–12 минут, настаивать полчаса, процедить. Пить по 150 мл 3 раза в день. Одновременно принимать по 1/2 чайной ложки смеси маточного молочка с медом, приготовленной в соотношении 1 : 100 (держат под языком до полного растворения).

3. Приготовить сбор: корневище горца змеиного — 2 части, чистотел большой — 1 часть, арника горная — 1 часть.

Две столовые ложки сухого измельченного сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настаивать 8–10 часов и процедить. Пить по 150 мл за 20–30 минут до еды 3 раза в день при опухоли

легких, сопровождающейся сильными болями. Одновременно принимать цветочную пыльцу в смеси с медом в соотношении 1 : 1 по 1 десертной ложке 3 раза в день.

4. Приготовить сбор: татарник колючий — 3 части, корни репешка обыкновенного — 2 части, корни окопника лекарственного — 2 части, корни герани кроваво-красной — 2 части, корни черныбыльника — 2 части, листья лопуха малого — 2 части, листья подорожника большого — 2 части, трава чистотела — 2 части, дурнишник обыкновенный — 1 часть.

Столовую ложку сухого измельченного сбора залить 500 мл кипяченой воды, варить на слабом огне 10–12 минут, настаивать 30 минут — час, процедить и пить по 150 мл 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Одновременно принимать цветочную пыльцу по 1/2–1 чайной ложке 3 раза в день и съедать по 1–2 зубчика чеснока в каждый прием пищи.

## Саркома

Приготовить сбор: почки тополя черного — 2 части, корни окопника лекарственного — 2 части, чистотел большой — 2 части, соцветия кошачьей лапки — 2 части, соцветия бодяка полевого — 2 части, соцветия василька лугового розового — 2 части, подмаренник цепкий — 2 части, чабрец обыкновенный — 2 части, листья лопуха малого — 2 части, плоды можжевельника обыкновенного — 1 часть, листья крапивы двудомной — 1 часть.

Две столовые ложки сухого измельченного сбора залить в термосе 500 мл кипятка, настаивать 8–10 часов и процедить. Пить по  $1/2$  стакана 4 раза в день за 20–30 минут до еды. Одновременно принимать по 40–50 капель 20%-й настойки прополиса в 50 мл воды и по  $1/2$ –1 чайной ложке цветочной пыльцы 2–3 раза в день.

### Рак матки

1. Приготовить сбор из равных частей: подмаренника цепкого, татарника колючего, соцветий бодяка полевого, чистотела большого.

Две столовые ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 500 мл крутого кипятка, настаивать 30–40 минут и процедить. Пить по  $2/3$  стакана за полчаса до еды при раке матки, а также в послеоперационный период для профилактики метастазов. На ночь вставлять свечи с препаратом маточного молочка.

2. Приготовить сбор: корни репешка обыкновенного — 8 частей, корни герани кроваво-красной — 5 частей, корни борщевника сибирского — 3 части, корни окопника лекарственного — 1 часть, корни валерианы лекарственной — 1 часть.

Столовую ложку сухой измельченной смеси залить 500 мл кипяченой воды, варить на слабом огне 10–12 минут, настаивать 30 минут — час, процедить и пить по  $2/3$  стакана 3 раза в день.

### Противопоказания для лечения чистотелом

Чистотел ядовит, поэтому внутрь применять его можно только по рецепту врача. Нельзя использовать чистотел при стенокардии, бронхиальной астме, вызванной пылью растений, при обострении хронического холецистита, гиперкинезии желчного пузыря и острых формах заболеваний внутренних органов.

## Содержание

### ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

*Виноградов В. М., Беляев А. А., Мартынов В. К.* «Домашний травник». — СПб.: Интмод, 1993. — 448 с.

*Костина Л. И.* «Лечение чистотелом» — М.: АСС — Центр, Авеонт, 2004. — 160 с.

*Кузнецова М. А., Резникова А. С.* «Сказания о лекарственных растениях» — М.: Высшая школа, 1992. — 272 с.

217 рецептов народной медицины — Алма-Ата: Центролюкс, 1989. — 48 с.

*Лавренов В. К.* «Природные лекарства против рака» — СПб.: Диалог, 2003. — 96 с.

*Лавренов В. К., Лавренова Г. В.* «Растения в вашем доме» — Донецк: Донеччина, 1999. — 436 с.

*Лавренова Г. В.* «Косметика для всех» — СПб.: Диалог, 2000. — 256 с.

Сведения о чистотеле и его лечебных свойствах .....	3
Лечение заболеваний органов пищеварения .....	8
Лечение заболеваний мочеполовой системы .....	18
Лечение воспалительных заболеваний женских половых органов .....	22
Лечение заболеваний суставов .....	27
Лечение заболеваний сердечно-сосудистой и нервной системы .....	31
Лечение заболеваний кожи и волос .....	34
Лечение заболеваний полости рта, лор-органов и легких .....	44
Лечение онкологических заболеваний .....	50
Использованная литература .....	62

*Популярное издание*

**Г. В. Лавренова**

**ЧИСТОТЕЛ: ВОЛШЕБНАЯ ТРАВА**

Ведущий редактор *Е. А. Соловьева*  
Художественный редактор *Д. А. Райкин*  
Технический редактор *В. В. Беляева*  
Верстка *О. К. Савельевой, Т. Ю. Алиевой*  
Корректор *В. Н. Леснова*

ООО «Издательство АСТ»  
170000, Россия, г. Тверь, пр. Чайковского, д. 19А, оф. 214

Наши электронные адреса:  
WWW.AST.RU E-mail: [astpub@aha.ru](mailto:astpub@aha.ru)

ООО «Астрель-СПб»  
197373, Санкт-Петербург, Комendantский пр., 34,  
корп. 1, ЛИТЕР А  
E-mail: [mail@astrel.spb.ru](mailto:mail@astrel.spb.ru)

Отпечатано с готовых диапозитивов в  
ООО «Типография ИПО профсоюзов Профиздат»  
109044, Москва, Крутицкий вал, 18